

PROGRAMMA DELLE ATTIVITÀ

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
HIKING: ESCURSIONE PANORAMICA ALPE DI SIUSI LIVELLO: EASY <i>PARTENZA da ICARO alle ore 10.15 RITROVO alle ore 10.30 Compatsch - ex Tourist Info</i> Il nostro tour ci porta lungo il sentiero n.10 in direzione della malga Sattler dove si può pranzare. Si rientra passando per la baita Tuene, Steger Dellai e nuovamente a Compatsch. Durata: 4,5 ore Rifugio: Sì Dislivello: 400m Distanza: 11 km Ritorno: ore 15 ca. a Compatsch, telefonare all'ICARO per organizzare lo shuttle di ritorno. <u>Da portare:</u> calzature da trekking, zaino e bevande	HIKING: ALBA SULLA BULLACCIA CON COLAZIONE IN BAITA LIVELLO: EASY <i>PARTENZA da ICARO alle ore 8.30 RITROVO alle ore 8:45 Compatsch - ex Tourist Info</i> Retiro in hotel da parte di Alps Activ, l'orario di partenza viene comunicato alle ore 19 della sera prima. Il tour parte da Compatsch e dopo ca. 45 min. si raggiungerà la piattaforma panoramica “Engelsrast” da dove potremmo goderci il sorgere del sole ed un panorama unico. Poi colazione in baita e ritorno a Compatsch. Durata: 2 ore Dislivello: 250 m Rifugio: Sì Percorso: 3,5 km Ritorno alle ore 8-9 ca., telefonare all'ICARO per organizzare lo shuttle di ritorno. La colazione costa € 35 ed é da pagare in contante alla guida. <u>Addebito del costo anche se disdetto dopo le ore 17:30</u>	HIKING: SCILIAR - IL SIMBOLO DELL'ALTO ADIGE LIVELLO: HARD <i>PARTENZA da ICARO alle ore 8.30 RITROVO alle ore 8:45 Compatsch - ex Tourist Info</i> Da Compatsch si va verso la malga Saltner per raggiungere il rifugio Bolzano 2457 m attraversando un sentiero molto vario. Pranzo. Se le condizioni lo permettono è possibile salire fino alla cima del Monte Pez, il punto più alto, dove a 360 gradi si può ammirare un panorama mozzafiato. Durata: 8 ore Rifugio: Sì Dislivello: 1200 m Distanza: 22 km Ritorno: ore 17.00 ca. a Compatsch, telefonare all'ICARO per organizzare lo shuttle di ritorno. <u>Da portare:</u> calzature da trekking, zaino e bevande	BIKING: SELLARONDA LIVELLO: HARD <i>RITROVO alle ore 08.30 presso nolleggio Alpin Center (alla stazione a monte della cabinovia Siusi-Alpe di Siusi)</i> Spirito di combattimento, resistenza e una e-bike sono i requisiti. Con l'aiuto degli impianti di risalita, attraverserete i più noti passi delle Dolomiti, come Passo Gardena, Passo Campolongo, Passo Pordoi e Passo Sella. Durata: 8,5 ore Rifugio: Sì Impianti utilizzati: 8 Dislivello: 3540 m / effettivi 1360 m Distanza: 70 km Ritorno: ore 17.00 ca. Biglietto giornaliero NON incluso. Attenzione: Si consiglia l'uso di una E-Bike fully <u>Da portare:</u> E-Bike, casco, bibita, giubbotto, snack	HIKE & BIKE: LAGO DI ANTERMOIA LIVELLO: HARD <i>RITROVO alle ore 08.30 presso nolleggio Alpin Center (alla stazione a monte della cabinovia Siusi-Alpe di Siusi)</i> Per la prima parte di questo tour, si presta particolarmente bene un'e-bike: si risparmiano le forze per la salita e si salvaguardano le ginocchia al ritorno. Grazie all'e-bike è possibile raggiungere nell'arco della giornata luoghi remoti come il lago di Antermoia e l'omonimo rifugio. Durata: 7,5 ore Rifugio: Sì Dislivello: 900 m bike + 600 m hike Distanza: 22 km bike + 8 km hike Ritorno: ore 16.00 ca. <u>Da portare:</u> calzature da trekking, zaino e bevande
BIKING: LAGO DI FIÈ - MALGA TUFF LIVELLO: MEDIUM <i>RITROVO alle ore 11.00 a Siusi da Alps Activ (alla stazione a valle della cabinovia Siusi-Alpe di Siusi)</i> Si parte da Siusi in direzione San Costantino per arrivare al lagetto di Fiè allo Sciliar, si prosegue per il laghetto Huber e dopo una leggera salita raggiungiamo la malga Tuff ed infine arriviamo alla malga Hofer Alpl. Pausa in una delle malghe. Durata: 4,5 ore Rifugio: Sì Dislivello: 800 m Distanza: 26 km Ritorno: ore 15.30 ca. <u>Da portare:</u> e-bike, casco, bevanda, giubbotto, snack <i>Eventuale biglietto cabinovia non incluso</i>	BIKING: GIRO DELL'ALPE DI SIUSI LIVELLO: EASY <i>RITROVO alle ore 10.00 presso nolleggio Alpin Center (alla stazione a monte della cabinovia Siusi-Alpe di Siusi)</i> Questo tour ha un panorama spettacolare a 360 gradi: la cima Santner, il Sassopiatto, il Sassolungo, la Marmolada, il gruppo Sella, lo Sciliar e le Odle. Dal punto più alto presso la chiesetta Dialer, il rifugio Zalllinger e poi in discesa per Salsria per poi tornare a Compatsch attraverso il Col di Lupo. Durata: 5 ore Rifugio: Sì Dislivello: 750 m Distanza: 32 km Ritorno: ore 15.00 ca. <u>Da portare:</u> e-bike, casco, bevanda, giubbotto, snack	BIKING: SECEDA - VAL GARDENA LIVELLO: HARD <i>RITROVO alle ore 09.30 presso nolleggio Alpin Center (alla stazione a monte della cabinovia Siusi-Alpe di Siusi)</i> Obiettivo il Seceda, dove si possono ammirare le Odle. Si prende la direzione per Monte Pana attraversando boschi ai piedi del Sassolungo e Sassopiatto. Si prosegue per Selva di Val Gardena dove si inizia l'ascesa per il rifugio Firenze. Si prosegue per i prati del Seceda e faremo uno stop per il pranzo. Si prosegue per Ortisei dove risaliremo sull'Alpe con la cabinovia. Durata: 5,5 ore Rifugio: Sì Dislivello: 700 m Distanza: 38 km Impianti utilizzati: 2 Ritorno: ore 15.00 ca. <u>Da portare:</u> e-bike, casco, bevanda, giubbotto, snack <i>Biglietti impianti non inclusi</i>	Registrazione necessaria entro le ore 16:30 del giorno precedente HIKING BIKING	BIKING: BULLA - ALPE DI SIUSI LIVELLO: MEDIUM <i>RITROVO alle ore 09.30 a Siusi da Alps Activ (alla stazione a valle della cabinovia Siusi-Alpe di Siusi)</i> Ci si dirige verso Castelrotto per arrivare fino al passo Pinei. Da qui comincia la Val Gardena e attraverso una strada sterrata si raggiunge il paesino Bulla. Da qui una bella strada si snoda in una stretta valle e ci porta sull'altipiano Alpe di Siusi, dove pranziamo con la vista del Sassolungo e Sassopiatto. Nel pomeriggio ritorneremo a valle scendendo tra i boschi che portano a Siusi. Durata: 5 ore Rifugio: Sì Dislivello: 1050 m Distanza: 30 km Ritorno: ore 14.30 ca. <u>Da portare:</u> E-Bike, casco, bibita, giubbotto, snack